

4 SOCCER SIMULATOR

| | |
|---------------------|---------------------------|
| Spectrum | LOAD*** |
| Commodore 64 (Cass) | LOAD |
| Amstrad (Cass) 464 | RUN** |
| Amstrad 664/6128 | TAPE(Enter) RUN** (Enter) |
| Amstrad (Disc) | RUN/DISK |

There are four separate games which have to be loaded individually. 11-A-SIDE SOCCER and INDOOR SOCCER are on Side 1 of the tape, STREET SOCCER and SOCCER SKILLS are on Side 2.

The games are compatible with joystick or keyboard. (SPECTRUM-The games are compatible with KEMPSTON, CURSOR and SINCLAIR Joysticks and with the keyboard). Use the SPACEBAR and ENTER keys to select an option from the menu in each of the games. You can choose how many people can play (1-4)-(1-2) for C64 from the menu. There are various combinations - play against the computer or a friend or team up with a friend to beat the computer.

To choose JOYSTICK or KEYBOARD, select CHOOSE CONTROLS from the first screen using SPACE and ENTER. During the game each player can control only one footballer at a time - he's the one with a box and a number over his head! The computer will make sure you always control the player nearest the ball. You can change to the next player by pressing your FIRE button.

To control the ball simply run your player into it - you can now dribble the ball around the field. To kick the ball at a medium height press your FIRE button. To kick a low pass press FIRE + DIRECTION that you're running. To kick a high ball press FIRE + OPPOSITE DIRECTION that you're running. The power of the kick depends on how fast you're running.

THROW KICKS, CORNERS, GOALKICKS, PENALTIES- Run at the ball in the direction you want to kick it - you don't have to press your fire button. THROW INSIDE- Point the player in the direction you want to throw and press FIRE. 11-A-SIDE- Full professional soccer rules.

INDOOR SOCCER- The game is played in a totally enclosed area - there are no throw-ins, goalkicks or corners - the ball just bounces off the walls. There is no offside rule and a freekick is given if you enter the other teams goalmouth with the ball. The pitch is very small so be ready to defend quick attacks and take advantage of lucky breaks!

STREET SOCCER- Soccer in your own back yard! Dribble around houses, on pavements and cars, bouncing the ball off walls and fences to score spectacular goals. There are hardly any rules in Street Soccer so be careful not to get fouled by the other team!

SOCCER SKILLS- Build up your strength, stamina and skills in this football training game.

FULL CONTROL- Dribble through the cones to the top and back again.

GOALKEEPING/PENALTY TRAINING- practice these skills to improve your 11-A-Side game.

SPRINT TRAINING- Use LEFT and RIGHT alternately and rapidly to sprint to the top of the pitch and back again.

PRESS-UPS- Use UP and DOWN controls to complete a number of press-ups in as short a time as possible - watch your energy level though.

WEIGHT LIFTS- Use diagonal controls (UP+RIGHT, DOWN+RIGHT, UP+LEFT, DOWN+LEFT) to build those muscles.

SIT-UPS- a real stamina builder - same controls as weight lifts.

BAR LIFTS- a steady UP and DOWN rhythm is best here to conserve your strength.

JUMP SQUATS- (Not in Amstrad version) - Use UP+RIGHT and UP+LEFT to leap back and forwards.

CIRCUIT TRAINING- The clock starts running straight away and won't stop until you've finished... Press the FIRE button to start each exercise and see how fast you can complete the whole circuit. There are three different circuits short, average and serious fitness.

This program, including code graphics, music and artwork are the copyright of CodeMasters Software Co. Ltd and no part may be copied stored, transmitted or reproduced in any form or by any means, hired or lent without the express permission of CodeMasters Software Co. Ltd.

Published by CodeMasters Software Co. Ltd.
PO Box 6, Southam, Leamington Spa, England. CV33 0SH

4 SOCCER SIMULATOR

| | |
|---------------------|---------------------------|
| Spectrum | LOAD*** |
| Commodore 64 (Cass) | LOAD |
| Amstrad (Cass) 464 | RUN** |
| Amstrad 664/6128 | TAPE(Enter) RUN** (Enter) |
| Amstrad (Disc) | RUN/DISK |

Il y a quatre jeux séparés qui doivent être chargés individuellement - FOOTBALL A ONZE et FOOTBALL D'INTERIEUR se trouvent sur le face 1 de la cassette, FOOTBALL DE RUE et TECHNIQUES DE FOOTBALL sur la face 2.

Les jeux sont compatibles avec manette ou clavier (SPECTRUM-les jeux sont compatibles avec manettes KEMPSTON, CURSOR et SINCLAIR et avec le clavier). Utilisez la barre d'espace et les touches pour sélectionner une option dans le menu pour chacun des jeux. Vous pouvez choisir le nombre de joueurs (1-4)-(1-2) pour C64 dans le menu. Il y a diverses combinaisons vous pouvez jouer contre l'ordinateur.

Pour choisir manette ou clavier, sélectionnez CHOOSE CONTROLS sur le premier écran utilisant SPACE et ENTREE. Pendant le jeu chaque joueur ne peut contrôler qu'un footballeur à la fois - celui avec une boîte et un numéro sur la tête! L'ordinateur a assurance que vous contrôlez toujours le joueur qui se trouve le plus près du ballon. Vous pouvez passer au 2 joueur le plus près en appuyant sur le bouton FEU.

Pour contrôler le ballon, il suffit de lancer votre joueur dessus vous pouvez dribbler le ballon, autour du terrain. Pour lancer le ballon à une hauteur moyenne, appuyez sur votre bouton FEU. Pour faire une passe basse, appuyez sur FEU et la DIRECTION dans laquelle vous courez. Pour lancer un ballon bien haut, appuyez sur FEU et la DIRECTION CONTRAIRE à celle dans laquelle vous courez. La force du coup dépend de la vitesse à laquelle vous courez.

COUPS FRANCS, CORNERS, COUPS DE PIED DE BUT, PENALTIES
Cours vers le ballon dans la direction où vous voulez le frapper, pas besoin d'appuyer sur le bouton FEU.

REMISES EN JEU- Orientez le joueur dans la direction où vous voulez lancer et appuyez sur le bouton FEU.

FOOTBALL D'INTERIEUR- Le jeu se joue dans un espace totalement clos! Il n'y a pas de remise en jeu, de coups de pied de but ni de corners - le ballon rebondit tout simplement sur les murs. Il n'y a aucune règle de hors-jeu mais vous avez le ballon. Le terrain est très petit, aussi soyez prêt à repousser des attaques rapides et à profiter de pauses avantageuses!

FOOTBALL DE RUE- Jouez au foot dans votre propre quartier! Dribblez autour des maisons, sur les trottoirs et les voitures, en faisant rebondir le ballon sur les murs et palissades pour marquer des buts spectaculaires. Il n'y a presque pas de règles dans le FOOTBALL DE RUE, attention, donc, à ne pas être déjoué par l'autre équipe!

TECHNIQUES DE FOOTBALL- Améliorez votre force, votre résistance et votre technique dans ce jeu d'entraînement au football

CONTROLES DU BALLON- Dribblez à travers les cônes jusqu'en haut et revenez.

ENTRAINEMENT GARDIEN DE BUT/PENALTY- travaillez ces techniques pour améliorer votre jeu à 11.

ENTRAINEMENT AU SPRINT- utilisez GAUCHE et DROITE alternativement et rapidement pour sprinter jusqu'en haut du terrain et revenir.

TRACTIONS- utilisez les contrôles diagonaux (HAUT et DROITE, BAS et DROITE, HAUT et GAUCHE, BAS et GAUCHE) pour développer vos muscles.

ABDOMINAUX- véritable entraînement à la résistance - mêmes contrôles que pour l'athlétisme.

LEVER DE BARRE- un rythme régulier de bas en haut est ce qu'il faut ici pour gader vos forces.

SAUTS DE BARRE- (pas dans la version Amstrad) Utilisez HAUT et DROITE et HAUT et HAUT et GAUCHE pour sauter en arrière et en avant.

ENTAINEMENT DE CIRCUIT- la chronomètre démarre tout de suite et ne s'arrête que lorsque vous aurez terminé- Appuyez sur le bouton FEU pour commencer chaque exercice et voir la rapidité à laquelle vous pouvez terminer le circuit entier.

Il y a trois circuits différents: pour la forme faible, moyenne et sérieuse.

4 SOCCER SIMULATOR

| | |
|---------------------|---------------------------|
| Spectrum | LOAD*** |
| Amstrad (Kase) 464 | RUN** |
| Amstrad 664/6128 | TAPE(Enter) RUN** (Enter) |
| Amstrad (Disk) | RUN/DISK |
| Commodore 64 (Kase) | LOAD |

NALLEN-FUßBALL- Das Spiel wird innerhalb eines völlig unfreierten Bezirks gespielt. Es gibt keine Einwurfe, Abschläge vom Tor oder Eckbälle. Der Ball prallt einfach von den Wänden zurück. Es gibt keine Assels-Regel. Aber es wird Freistöße gegeben, wenn sie mit dem Ball in die Toröffnung des anderen Teams geraten. Das Feld ist sehr klein. Seien Sie also auf der Hut, um sich gegen schnelle Angriffe zu verteidigen und günstige Pausen zu ihrem Vorteil zu nutzen.

STRAßENFUßBALL- Fußball geht hinter Haus! Dribbeln Sie um Häuser herum, über Bürgersteige und Autos, lassen Sie den Ball von Mauern und Häusern abprallen, um spektakuläre Tore zu schießen. Für Straßenußball gibt es keine Regeln. Passen Sie also auf, daß Sie am Boden nicht gefolgt werden!

FUßBALL - FERTIGKEITEN
Bauen Sie Kraft und Fertigkeiten in diesem Fußball-Trainingspiel auf.

BALLKONTROLLE- Dribbeln Sie durch die Kegel bis oben und wieder zurück. TORE HALTEN- STRAFSTÖß-TRAINING- Praktizieren sie diese Fertigkeiten, um Ihr Eiler-Spiel zu verbessern.

SPRINT-TRAINING- Bedienen Sie abwechselnd schnell die Tasten LINKS und RECHTS, um zum oberen Ende des Feldes und zurückzulaufen.

LEGESTUPE- Bedienen Sie die Kontrollen NACH OBEN und NACH UNTEN, um in der kürzestmöglichen Zeit eine Anzahl Kniebungen zu machen. Doch achten Sie dabei auf Ihren Energiehaushalt.

GEWICHTHEBEN- Bedienen Sie die diagonalen Kontrollen (RIGHT/NACH OBEN und RECHTS/DOWN und RIGHT/NACH UNTEN und RECHTS+UP und LEFT/NACH OBEN und LINKS/DOWN und LEFT/NACH UNTEN und LINKS), um die Muskeln zu stärken.

IN-DIE-HOCH-UND-AUF Das Gestärkte bestimmt die Ausdauer.

Dieses Kontrollen wie Sie durchführen.

STRANGENHEIM- Ein atemberaubender NACH OBEN und NACH UNTEN Rhythmus ist hier das Beste, um die Kräfte zu schonen.

ÜBER-DEN-QUEERALKEN-SPRINGEN- (nicht in der meisten Versionen) - Bedienen Sie NACH OBEN und NACH RECHTS und NACH OBEN und LINKS, um vor- und zurückzuspringen.

LAUFTRAINING: Die Uhr beginnt sofort zu laufen und hält erst an, wenn Sie fertig sind. Drücken Sie die Taste FEUERN zu Beginn jeder Übung und finden Sie heraus, wie schnell Sie die Laufstrecke hinter sich bringen. Es gibt drei verschiedene Runden- je eine für kurzes, durchschnittliches und erhaltendes Fitnesstraining.

Es gibt vier einzelne Spiele, die gefolgt voneinander getrieben werden müssen. ELFER-FUßBALL und HALLEN FUßBALL befinden sich auf Seite 1 des STRAßENFUßBALL und FUßBALL - FERTIGKEITEN sind auf Seite 2. Die Spiele sind für Joystick oder Kempston, Cursor und Sinclair und für die Tastatur.

Benutzen Sie bei jedem Spiel die Tasten LEERTASTE und SPIELBEGINN zur Auswahl einer Option aus dem Menü. Sie können anhand des Menüs auswählen, welche Spiele (1-4)-(1-2) für C64.

ZUR WAHL JOYSTICK ODER TASTATUR BEDIENEN SIE SICH DER WAHLEN-KONTROLLEN VOM ERSTEN SCHIRM, INDEM SIE TASTEN LEERTASTE UND SPIELBEGINN BENUTZEN.

Während des Spiels kann jeder Spieler nur einen Fußballer zur Zeit steuern - nämlich denjenigen mit einem Kästchen und einer Zahl über dem Kopf! Der Computer stellt sicher, daß Sie nur den Spieler steuern, dem der Ball am nächsten ist. Sie können zum zweitschnellsten Spieler überwechseln, indem Sie auf die Taste FEUERN und die Taste der RICHTUNG, in die Sie laufen. Wollen Sie den Ball hoch bekommen, so drücken Sie die Taste FEUERN und die Taste des ENTGEGENGESETZTEN RICHTUNG, in der sie laufen. Die Kraft des schließes hängt davon ab, wie schnell Sie laufen.

FREISTÖß, ECKBÄLLE, ABSCHLÄGE VOM TOR, STRAFSTÖß- Jagen Sie in der Richtung in der Ball hinein, indem Sie ihn schießen wollen. Sie brauchen dabei die Taste FEUERN nicht zu benutzen.

EINWURFE- Stellen Sie den Spieler in die Richtung, in die Sie werden wollen und drücken Sie die Taste FEUERN.

Die Kraft des schließes hängt davon ab, wie schnell Sie laufen.

Freistöße, Eckbälle, Abschläge vom Tor, Strafstöße- Jagen Sie in der Richtung in der Ball hinein, indem Sie ihn schießen wollen. Sie brauchen dabei die Taste FEUERN nicht zu benutzen.

Einswürfe- Stellen Sie den Spieler in die Richtung, in die Sie werden wollen und drücken Sie die Taste FEUERN.

Die Kraft des schließes hängt davon ab, wie schnell Sie laufen.

Freistöße, Eckbälle, Abschläge vom Tor, Strafstöße- Jagen Sie in der Richtung in der Ball hinein, indem Sie ihn schießen wollen. Sie brauchen dabei die Taste FEUERN nicht zu benutzen.

Einswürfe- Stellen Sie den Spieler in die Richtung, in die Sie werden wollen und drücken Sie die Taste FEUERN.

Die Kraft des schließes hängt davon ab, wie schnell Sie laufen.

Freistöße, Eckbälle, Abschläge vom Tor, Strafstöße- Jagen Sie in der Richtung in der Ball hinein, indem Sie ihn schießen wollen. Sie brauchen dabei die Taste FEUERN nicht zu benutzen.

4 SOCCER SIMULATOR

| | |
|-------------------------|---------------------------|
| Spectrum (Cassette) | LOAD*** nel mode 48K |
| Commodore 64 (Cassette) | Premere |
| Amstrad (Cassette) | Premere 464 |
| Amstrad 664/6128 | TAPE(Enter) RUN** (Enter) |
| Amstrad (Disco) | RUN/DISK |

Ci sono 4 giochi diversi che debbono essere inseriti individualmente. Calcio con squadra di 11 giocatori, e Calcio indoor si trovano sul lato uno della cassetta. Calcio per la strada, e Esercizi di allenamento per il calcio sono sul lato due.

I giochi sono compatibili sia con le leve che con la tastiera (SPECTRUM - i giochi sono compatibili con le leve KEMPSTON, CURSOR e SINCLAIR, ed inoltre con la tastiera). Utilizzate lo spaziatore ed il tasto Enter per selezionare una delle opzioni offerte nell'indice di ciascuna delle cassette. Potete decidere quanto persone parteciperanno all'evento (da 1 a 4) - (da 1 a 2) per il C64 utilizzando l'indice. Esistono varie combinazioni possibili: potete giocare contro il computer o contro un amico, o formare una squadra con un amico per cercare di battere il computer.

Per scegliere tra Leve o Tastiera, selezionate Scelta dei comandi sullo schermo iniziale utilizzando lo spaziatore ed il tasto Enter.

Nel corso del gioco ciascun giocatore può controllare un solo calciatore alla volta - che è poi quello con un quadratino ed un numero sopra la testa! Il computer farà automaticamente in modo che state sempre in controllo del giocatore che si trova più vicino alla palla. Potete però passare al secondo giocatore in ordine di distanza dalla palla premendo il tasto Fuoco.

Per controllare il pallone non dovete fare altro che portarci sopra il vostro giocatore - a questo punto potete dribblare con la palla a tutto campo. Per effettuare un passaggio a terra basta premere il Fuoco e la direzione in cui vi state spostando. Per effettuare un passaggio alto premete Fuoco e la direzione opposta a quella in cui state correndo.

La potenza del tiro dipende dalla velocità della vostra rincorsa.

CALCI PUNIZIONE, CALCIO D'ANGOLO, RIMESSE DAL FONDO E CALCI DI RIGORE. Correte verso la palla nella direzione in cui intendete calciarla - non dovete premere il tasto Fuoco.

RIMESSE LATERALI - Orientate il giocatore nella direzione in cui intendete tirare e premete Fuoco.

CALCIO A 11 GIOCATORI - Valgono tutte le regole del calcio per professionisti.

CALCIO INDOOR - Il gioco si svolge in un'area completamente chiusa - non ci sono rimesse laterali, rimesse dal fondo o calci d'angolo - la palla rimbalza semplicemente sui muri. La regola del fuorigioco non è valida, ma viene assegnato un calcio di punizione se entrate nella rete avversaria insieme alla palla. Il campo di gioco è molto ristretto, quindi state attenti a difendervi dai attacchi veloci e sfruttate al massimo i colpi di fortuna!

CALCIO PER LA STRADA - Il calcio nel vostro cortile! Dribbate tra le case, sui marciapiedi e tra macchine, facendo rimbalzare la palla sui muri e le staccionate per realizzare gol spettacolari. Non esiste praticamente alcuna regola nel Calcio per la Strada, quindi fate attenzione a non subire fatti da parte delle squadre avversarie!

ESERCIZI DI ALLENAMENTO - Acquisite forza, resistenza ed abilità con questo gioco di preparazione al calcio. Controllo della palla - Dribbate fra i birilli - fino in fondo, e quindi di nuovo fino al punto di partenza. Allenamento per la rincorsa - Valutate alternativamente i comandi Sinistra e Destra per effettuare dei rapidi sprint da un lato all'altro del campo. Flessioni: Usate i comandi Alto e Basso per prtare a termine un certo numero di flessioni nel più breve tempo possibile - ma tenete d'occhio il vostro livello d'energia.

ESERCIZI CON I PESI - Utilizzate i controlli incrociati: Alto e Destra, Basso e Destra, Alto e Sinistra, Basso e Sinistra - per farvi i muscoli.

PNEGAMENTI AL SUOLO - un esercizio ottimo per migliorare la resistenza - i controlli sono gli stessi utilizzati per gli esercizi con i pesi.

SOLLIEVAMENTO DELLA SBARRA - Un ritmo costante in Alto e in Basso è la tecnica migliore, in questo caso, per conservare la forza.

SALTO DELLA SBARRA - (assente nelle versioni Amstrad) - Utilizzate i comandi Alto Sinistra, e Alto e Destra per saltare in avanti e all'indietro.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

PERCORSO DI ALLENAMENTO, ologico entra in funzione immediatamente, e non si ferma fino a che voi non abbiate completato gli esercizi... Premete il tasto Fuoco per inserire ciascun esercizio e controllate quanto tempo impiegherete per coprire il circuito.

4 SOCCER SIMULATOR

INSTRUCCIONES DE CARGA

| | |
|-------------------------|---------------------------|
| Spectrum | LOAD*** |
| Commodore 64 (cassette) | LOAD |
| Amstrad (cassette) 464 | RUN** |
| Amstrad 664/6128 | TAPE(Enter) RUN** (Enter) |
| Amstrad (disco) | RUN/DISK |

Hay cuatro juegos individuales, que deben ser cargados de forma independiente: en la cara 1 de la cinta: PARTIDO DE ONCE CONTRA ONCE y FUTBOL SALA, y en la cara 2: PARTIDO CALLEJERO y ENTRENAMIENTO.

Los juegos son compatibles con joystick o teclado. (SPECTRUM: los juegos son compatibles con los joysticks KEMPSTON, CURSOR y SINCLAIR, y con el teclado).

Utiliza la BARRA ESPACIADORA y la tecla ENTER para seleccionar una opción en el menú de cada uno de los juegos. También en el menú puedes seleccionar el número de jugadores (1-4) - (1-2) para Commodore 64. Existen varias combinaciones: jugar contra el ordenador, contra un amigo o hacer equipo con un amigo para derrotar al jugador.

Para escoger JOYSTICK o TECLADO, elige SELECCIONAR CONTROLES en la primera pantalla, mediante BARRA ESPACIADORA y ENTER.

Durante el juego, cada jugador puede controlar a un solo futbolista cada vez (el que aparece dentro de un recuadro con un número sobre la cabeza). El ordenador se asegurará de que controles siempre al futbolista que se encuentre más cerca del balón.

Puedes pasar al siguiente jugador más cercano pulsando DISPARO.

Para controlar el balón, accércate a él con el jugador (aporta rodar regatear). Para dar una patada al balón, pulsa la flecha hacia arriba, hacia la derecha o hacia la izquierda.

Pulsar DISPARO + la DIRECCION en la que estás corriendo. Para golpear un balón alto, pulsa DISPARO + la DIRECCION OPUESTA en la que estás corriendo. La potencia del tiro dependerá de la velocidad de la carrera.

TIROS LIBRES, SAQUES DE ESQUINA, SAQUES DE PORTERÍA, PENALTIES: Corre hacia el balón en la dirección en que deseas golpear (lo que es necesario que pulses el botón de disparo).

SAQUES: Apunta al jugador en la dirección en que deseas lanzar el balón y pulsa DISPARO.

PARTIDO DE ONCE CONTRA ONCE: Si aplican todas las reglas del fútbol profesional.

FUTBOL SALA: El partido se disputa en un lugar totalmente cerrado: no hay corners, saques de portería ni saques, ya que el balón rebota contra las paredes. No existe el fuera de juego, pero si entras a la portería del rival con el balón se declarará tiro libre. El campo es muy pequeño, así que prepárate para defender de rápidos contragolpes y aprovecha la ventaja de coger el balón en la línea de defensa.

FUTBOL CALLEJERO: Fútbol en el propio barrio! Regatea con el balón por las calles, esquivando coches y edificios, haciendo rebotar el balón contra paredes y vallas para marcar goles espectaculares. En estos partidos no se aplican las reglas del fútbol, así que no te preocupes por las infracciones del rival.

ENTRENAMIENTO: Entrena a tus jugadores, fortaleciendo sus músculos y aptitudes, en esta sesión de entrenamiento.

CONTROL DEL BALÓN: Regala los conos en carreras de ida y de vuelta.

ENTRENAMIENTO DE PORTERO/PENALTIS: Practica estas habilidades para mejorar en los partidos de once contra once.

ENTRENAMIENTO DE VELOCIDAD: Utiliza alternativamente IZQUIERDA y DERECHA para recorrer rápidamente el campo de uno a otro lado.

FLEXIONES: Utiliza los controles ARRIBA y ABAJO para completar las flexiones en la menor cantidad de tiempo posible. (Pero cuidado con el nivel de energía).

LEVANTAMIENTO DE PESAS: Emplea los controles diagonales (ARRIBA + DERECHA, ABAJO + DERECHA, ARRIBA + IZQUIERDA y ABAJO + IZQUIERDA) para "cansar músculo".

ABDOMINALES: Para estar realmente en forma. Los mismos controles que para el levantamiento de pesas.

BARRAS: Para conservar tu energía en estos ejercicios, lo mejor es conseguir un ritmo uniforme de ARRIBA y ABAJO.

SALTOS DE BARRA (no existen en la versión Amstrad): Utiliza los controles ARRIBA + DERECHA y ARRIBA + IZQUIERDA para saltar hacia atrás y adelante.

CIRCUITO DE EJERCICIOS: El reloj comienza a andar y no se detendrá hasta que hayas acabado. Pulsa el botón de DISPARO para comenzar cada nuevo ejercicio, y observa con qué rapidez puedes completar la totalidad del circuito.

Hay tres circuitos diferentes: corto, medio y difícil.